Nr 10 **SOSNOWIEC, dnia 5 marca 1939 roku** **Rok VI**

DODATEK PARAFIALNY

Jednajcie prenumeratorów prasy katolickiej.

do TYGODNIKA „NIEDZIELA"
Parafii Wniebowzięcia Najświętszej Marii Panny.

Apostołem bądź, nie tylko czytelnikiem.

Porządek nabożeństw
w Kościele Parafialnym Wnieb. Najśw. Marii Panny.

Niedziela II W. Postu (5 III).

g. 6. Prymaria — ks. Łopaciński, nauka — List Pasterski — ks. Dzieniarz.

g. 8. Msza św. z nauką — ks. Łopaciński.

g. 9.30. Msza św. dla szkół — ks. Mgr. Niedzielski, nauka — ks. prof. Babczyński.

g. 11. Suma — ks. prof. Giebartowski, nauka katechizmowa — ks. Dzieniarz.

g. 12.30. Msza św. — ks. Dzieniarz, nauka — ks. Mgr. Niedzielski.

g. 15.30 Gorzkie Żale — ks. Dzieniarz, nauka — ks. Łopaciński.

Od g. 18 dnia 4.III do g. 18 dnia 11.III dyżurnym — ks. Dzieniarz, vicedyżurnym — ks. Łopaciński

Kalendarzyk zebrań.

Niedziela 5 marca — g. 12.15 Zebranie Propagandowe AK — godz. 14.30 Zebranie Rady i Zarządu Br. Żywego Różańca.

Poniedziałek 6 marca — g. 16 Świetlica K. S. Kobiet — godz. 19 Kurs sanitarny K. S. M. Z.

Wtorek 7 marca — godz. 19.30 Zebranie P. A. K. — godz. 19 Kurs sanitarny K. S. M. Z.

Środa 8 marca — godz. 18 Kurs robót ręcznych K. S. M. Żeńskiej.

Czwartek 9 marca — godz. 17 Świetlica K. S. Kobiet — g. 18-19 Biblioteka Parafialna — g. 19.15 Kurs wykształcenia religijnego — g. 19.30 Swietlica K. S. M. Męskiej.

Piątek 10 marca — godz. 18 Kurs śpiewu K. S. M. Żeńskiej.

Sobota 11 marca — g. 19 Świetlica K. S. M. Męskiej.

Niedziela 12 marca — godz. 14.30 Zebranie III Zakonu św. O. Franciszka — godz. 17 Ogólne Bractwa Żywego Różańca — godz. 17 Zebranie Plenarne K. S. M. Z.

Komunikaty.

W niedzielę dnia 5 marca o g. 8 rano będzie odprawiona Msza św. w intencji ks. kan. T. Jankowskiego z racji imienin, Mszę św. zamówiły 4 kolumny Akcji Katolickiej. Wszyscy członkowie winni przybyć na to nabożeństwo.

W piątki wielkiego postu o g. 17 będzie odprawiona Droga Krzyżowa.

Drodzy w Chrystusie Panu Parafianie

Niedziela II Postu (5.III).

O Żalu.

„Jego szaty stały się białe jak śnieg". Zal doskonały sprawia coś podobnego w duszy człowieka.

1) Z pochyloną głową i bijącym sercem wstępuje celnik po stopniach świątyni zatrzymuje się u wejścia. Uderza się w piersi z głębokim żalem i szepce krótką modlitwę, która przez łzy pokuty toruje sobie drogę do serca bożego: „Boże bądź miłościw mnie grzesznemu". Nawet największy i najcięższy grzesznik powinien naśladować tego celnika i zbliżać się do Boga, a będzie oczyszczony. Lecz jak?

2) Wejdź do Domu Bożego i zapomnij o świecie, hałaśliwym, burzliwym, zbliż się do twego Boga, a bądź przejęty względem Niego czcią i bojaźnią. „Wiedz przed kim stoisz". Wszystkie inne myśli musimy zostawić poza kościołem. Nie śmie nam przeszkadzać żaden szelest czy cokolwiek zdrożnego. Gorliwość powinna w nas płonąć. Prawdziwa modliwa żalu, to dzieło serca a nie warg. Niech się stanie serce nasze ołtarzem ofiarnym, na którym płomień w górę strzela. Celnik znajdujący się w przewspaniałej świątyni, nic nie widzi, nic nie słyszy, jedynie Boga niewidzialnego; jego serce wre ze wzruszenia. To jest, czego nam często nie dostaje. Ach, poruszają się tylko wargi, ale serce spokojne i obojętne.

Odczuwamy żal, pokornie stwierdzając, że mamy grzechy. „Któraż jest cnota pierwsza"? św. Augustyn odpowiada: „pokora". druga? „pokora". Trzecia? Znów mówi: „pokora". Modlitwa faryzeusza i pokora sprzeciwiają się sobie. Czyż może być żałosne błaganie pyszne, chełpliwe, zimne, zawistne? Zmartwienie uniżenie, oskarżenie siebie samego, skrucha, to konieczne towarzystwo nasze, gdy bolejemy nad grzechami swoimi.

Ciężkimi młotami trzeba rozbijać skały; dynamitem i wybuchowymi materiałami toruje się drogę wśród gór. Zal mu rozbić twarde serce, aby łasce dostęp utorować.

Załuj mając w duszy bojaźń boską. Bojaźń boska jest początkiem mądrości, nie mniej jest początkiem żalu. Spójrz duszo w przeszłość — spójrz i w przyszłość. Spojrzyj w dół ku strasznej głębinie piekła, w której zgromadzone wszystkie okropności za brzydoty ziemskie, a musi cię przejąć lęk paniczny. Załuj z poczuciem swej niewdzięczności. Gdybym miał spisać dobra otrzymane od Boga, nie byłoby temu końca, lata dziecięce, młodzieńcze, wiek męski, a co one dały Bogu? Obrazę za obrazą, grzech za grzechem.

Załuj, płonąc z miłości. Kto Jezusa zrozumie i Go pozna ten Go też miłuje. W nim jest piękno, dobro, wszystko, co godne kochania. Serce ma to do siebie, że kocha i zachwyca się tym, co piękne. Szczególnie pod krzyżem, serca są przejęte i wzruszone. Dlatego rzuć się pod krzyż z Magdaleną. Pójdź na Golgotę. Spójrz na rany i krew Zbawiciela. Spójrz na serce otwarte! Czyż miłość nie roznieci w tobie miłości?

Proboszcz.

Marzec — miesiąc apostolstwa Akcji Katolickiej i jej Stowarzyszeń Pomocniczych.

Hasło miesięczne: Wszystkie Stowarzyszenia katolickie służą pomocą Akcji Katolickiej.

Hasło miesięczne realizujemy na podstawie uchwał 66 § 2 i 69 § 3, oraz w związku z czcią św. Józefa i okresem wielkiego postu poznajemy i wykonujemy uchwały 111 § 2 i 113 § 3.

Podstawa: Uchwały Synodu:

65 Władze Akcji Katolickiej mają zgodnie z obowiązującymi przepisami budzić ducha apostolskiego, wyznaczać wspólne programy pracy i uzgadniać działalność zrzeszeń do Akcji Katolickiej przyjętych.

66 pkt. 2. Pomocnicze Organizacje

Akcji Katolickiej współpracują z jej władzami według zarządzeń Konferencji Biskupów.

69 pkt. 3. **Zakony** również obowiązane są w zakresie swoich zadań do współpracy z Akcją Katolicką, zgodnie z obowiązującymi przepisami.

111 § 2. Zaleca się gorąco wiernym odprawianie Drogi Krzyżowej.

113 § 3. Miesiąc marzec poświęcać należy czci św. Józefa w myśl zarządzeń Stolicy Apostolskiej.

W sprawie dyspensy postnej.

W „Wiadomościach Diec." z r. 1927 № 1 podaliśmy w sprawie postu przepisy, które są umieszczone każdego roku na początku rubryceli. Obecnie, powodując się bardzo trudnymi warunkami życia Naszej diecezji, zwłaszcza w okręgach robotniczych, postanowiliśmy na mocy kan. 1245 § 2 K. P. K. złagodzić przepisy na okres Wielkiego Postu w roku bieżącym.

Udzielamy więc wszystkim wiernym następującej dyspensy: 1-o we wszystkie soboty Wielkiego Postu zezwalamy używać potraw mięsnych dwa razy tj. w porze obiadowej przy pełnym posiłku i rano lub wieczorem przy lekkim posiłku. 2-o w poniedziałki, wtorki, środy i czwartki (za wyjątkiem środy popielcowej i Suchych Dni) zezwalamy na spożywanie potraw mięsnych, także dwa razy tj. przy pełnym posiłku w porze obiadowej i przy lekkim rano lub wieczorem.

Wszyscy którzy z dyspensy udzielonej korzystać będą odmówią: kapłani i klerycy — psalm pokutny 50 „Miserere" — inni: 3 Ojcze nasz, 3 Zdrowaś Maria.

† Teodor Kubina
Biskup Częstochowski.

Zdrowotne znaczenie postu.

Rozpoczął się Wielki Post, a z nim dla niejednej matki i żony obawa i utrapienie. Jako chrześcijanki widzą, że post korzystnie wpływa na duszę ludzką, ale lękają się, czy nie osłabi znów ciała ich najbliższych, o których zdrowie tak im chodzi.

Post obecnie został bardzo złagodzony, jest jednakże niemało takich, co z mięsem ani dnia jednego rozstaćby się nie chcieli; raz w tygodniu w piątek i to im trudno. Otóż wiedzieć należy, że lekarze, którzy przed kilkunastu jeszcze latami zalecali mięso jako pokarm najbardziej wartościowy — obecnie z doświadczenia przy badaniu różnych chorób wynieśli przekonanie, że mięsa nie można uważać za podstawę odżywiania, ale tylko jako dodatek do pokarmów dla organizmu ludzkiego bardziej korzystnych. Takim pokarmem są potrawy mączne, jarzyny, owoce i nabiał we wszystkich odmianach. Sama przyroda nam to przypomina, bo i na cóżby Pan Bóg stwarzał tyle przeróżnych roślin i produktów, gdyby tego człowiek dla sił i zdrowia swego nie potrzebował?

Lekarze przekonali się i pouczają, że używanie prawie wyłącznie mięsnych pokarmów prędzej czy później przyjdzie odpokutować dolegliwościami różnego rodzaju, choćby np. tak dziś rozpowszechnionym artretyzmem, w którym lekarze wstrzymania się od mięsa zalecają. Wiadomo, jak teraz częstymi są różne zgnilizny, rozkładające za życia jeszcze ciało ludzkie jakby już trupie, różne złośliwe nowotwory, ropienia, owrzodzenia, rakowate strupieszenie kości, nietylko mięśni i wewnętrznych czy zewnętrznych organów ciała. Otóż podobno to zbyt jednostajne odżywianie się mięsem tak organizm ludzki po dłuższym czasie zatruwa, że człowiek, który przy właściwem swej naturze odżywianiu się mógłby być krzepki i długowieczny — przy spożywaniu przeważnie mięsnych potraw codzień, a nawet parę razy na dzień, staje się wkrótce sam jakby nieświeżem mięsem, które nie w tym, to w innym miejscu psuć się i rozpadać zaczyna.

Rozumieli to już i mędrcy starożytni, sami posilali się bardzo skromnie i nauczali drugich, że post niezwykle jest korzystny dla ducha i ciała. Historia mówi o wielu sławnych mężach, że jadali tylko dwa razy dziennie, a wskutek tego ich władze duchowe nie tylko nic nie traciły, lecz nawet zyskiwały. Ale i w naszych czasach łatwo się przekonać (byle chcieć), że mięso i obfite wogóle jedzenie nie bardzo zdrowiu służy. Słyszało się od niejednego, że przymuszony post w czasie wielkiej wojny zdrowiu ich nie zaszkodził, ale wpłynął nawet korzystnie. Ludzie na wsi pilnie przestrzegający postu i wogóle mniej używający mięsa są zdrowsi i silniejsi od wykarmionych mięsem mieszczuchów.

W zakonach, gdzie posty są częste i pilnie zachowywane, mniej bywa chorób i dochodzą tam często bardzo sędziwego wieku.

Trapiści np. w czasie Wielkiego Postu jedzą tylko raz dziennie, a pożywienie ich składa się jedynie z chleba ziemniaków, jarzyn i owoców. Ta prostota pożywienia połączona z pracą na wolnem powietrzu, pozwala trapistom długo zachować zdrowie i setnych lat nieraz doczekać.

Niech te dowody uspokoją kochane gospodynie i panie domu, że post tylko na dobre wyjdzie ich ukochanym. Niech je zachęci do zachowania postu, przy jednoczesnem staraniu się o odpowiedni dobór potraw postnych, o ich dobre przygotowanie i urozmaicenie, co bardzo wartość pożywienia podnosi i na zdrowie wpływa korzystnie.

Ks. T. J.

—o—

Rocznice zaślubin:

Dnia 5.III 1939 r. Henryk Bajzert z Kazimierą Szymczyk.

Dnia 6.III 1939 r. Józef Kciuk z Rozalią Majewską.

Dnia 8.III 1939 r. Klemens Walczak z Janiną Kościów.

Dnia 10.III 1939 r. Władysław Lasok z Zofią Wrzesień.

Dnia 12.III 1939 r. Seweryn Szczepański ze Stanisławą Jach.

Zmarli:

Dnia 19.II 1939 r. Walenty Pawełczak lat 55.

Dnia 24.II 1939 r. Karol Lorek lat 54.

Rocznice zgonów:

Dnia 4.III 1939 r. Stanisław Hałaczkiewicz lat 62.

Dnia 9.III 1939 r. Franciszek Polczyk lat 85.

Dnia 11.III 1939 r. Marianna Brejdak lat 51.

Dnia 12.III 1939 r. Szymon Szczepańczyk lat 78.

Związek małżeński zamierzają zawrzeć następujące osoby:

Mieczysław Gardyński, k. Prosta 10 z Heleną Konopianką, panną Wspólna 16 zap. 3.

Chrzest św. przyjęli, stając się dziećmi Bożymi:

Sylwester Stefan Klich.

Alicja Eugenia Nowak.

Porządek nabożeństw
w parafii św. Andrzeja Boboli na Starym Sosnowcu.

Niedziela II W. Postu (5.III).

g. 8.30 Msza św. z nauką — dla szkoły Nr 20.

g. 9.30 Msza św. z nauką — dla szkoły Nr 1.

g. 11. Suma z kazaniem.

g. 12.30 Msza św. z nauką.

g. 15.30 Gorzkie Żale w kaplicy św. Andrzeja Boboli, Daleka 4a.

Redaktor: Ks. Teofil Jankowski. — **Wydawca:** Sekretariat Parafii Wniebowzięcia N. M. P. w Sosnowcu.

Sosnowieckie Zakłady Graficzne Sp. z o. o. Sosnowiec, Warszawska 8, tel. 626-96